



Chinlingo Chinese



体重与节食

1

Warm-up

节食减肥

2

Texts&Notes

非...不可，即，个别，临时/暂时；
分析研究类说明文，归纳研究方法和结果

3

Application

节食是减肥的好方法吗？

4

Cultural Note

以胖为美的唐朝

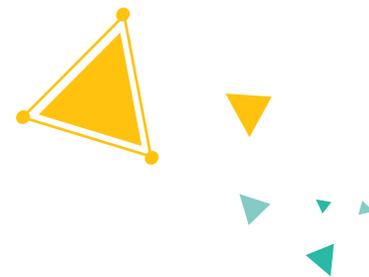


Chinlingo Chinese



体重与节食-1

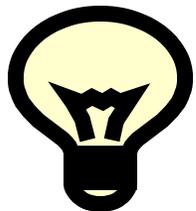
导入 Warm-up



看图片，说说你想到和这张图片有关的词语。



生词 1



节食

jiéshí

v. to go on a diet

报道

bàodào

n./v. to report; report

新闻报道
报道新闻

营养

yíngyǎng

n. nutrition

摄入

shèrù

v. to take in

营养不良
营养丰富
摄入营养

模式

móshì

n. model

中国模式
飞行模式

波动

bōdòng

v. to undulate

价格波动
气温波动

总共

zǒnggòng

adv. altogether

练习 1

模式

节食

总共

营养

波动

1. 很多女孩子靠_____来减肥。
2. 靠节食减肥的女孩子，_____摄入的非常不够。
3. 炎热的夏天就要来了，我们又要开始“烧烤_____”了。
4. 体重在一天里的_____幅度不太大。
5. 他坚持少吃多动，三个月下来_____减了10斤。

生词 2

参与

cānyǔ

v. to take part in

参与者
参与研究

人员

rényuán

n. personnel

研究人员
教学人员

相对

xiāngduì

adj. relative

相对较少

类型

lèixíng

n. type, category

称

chēng

v. to weigh

称体重
称水果

可靠

kěkào

adj. reliable

可靠消息

纳入

nàrù

v. to include

纳入管理

练习 2



词语搭配

正式

消息

相对

参与

可靠

容易

称

议程

纳入

体重

生词 3

分析

fēnxī

v. to analyze

分析数据
分析文章

志愿者

zhìyuànzhe

n. volunteer

志愿者——义工
医疗志愿者

跟踪

gēnzōng

v. to follow

成果

chéngguǒ

n. result, achievement

成果
结果
后果

清晰

qīngxī

adj. clear, distinct

画面清晰
思路清晰

升

shēng

v. to rise, to go up

达到

dàdào

v. to reach, to attain

达到目的
体重达到50公斤

Words

Use given words to describe the pictures.

体重
达到
减肥
营养
节食
相对
明显



课文 1

据报道，医学____进行了一项新____，研究发现：由于人们在一周内的营养摄入和饮食模式会影响到他们的____变化，因此节食者的体重会在一周内上下____。总共有80名年龄在25-62岁之间的成年人____了这项研究。研究人员根据他们的相对体重变化将其分为三种类型：体重减轻者、体重____者和体重保持者。

你知道：医学专家发现了什么？

重点词汇：营养、饮食、体重、波动

课文 2

这些成年人在每天起床之后、早餐之前称一下自己的体重，为了保证可靠性，只有那些至少连续7天以上称过体重的人才会被纳入分析。对这些志愿者的跟踪调查时间最短为15天，最长为330天。

研究成果显示：这些人的体重变化表现出清晰的模式，即周末之后体重升高，在工作日体重减轻（周五达到最低点）。

请找到：什么样的情况才会被专家纳入分析

重点词语：连续、纳入、成果、模式

问题

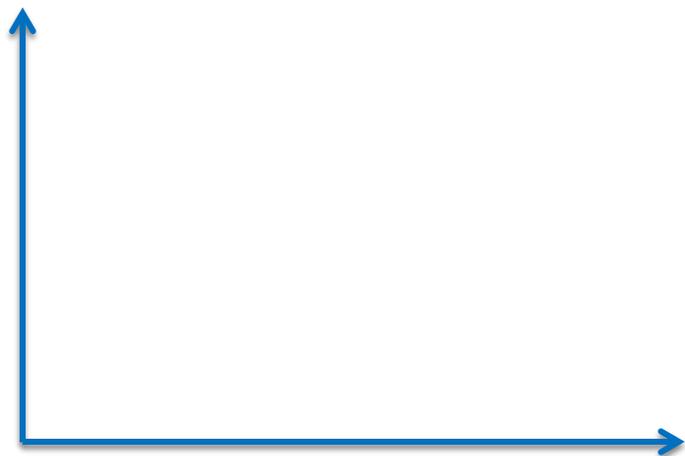
阅读课文1和2，填写下列表格。



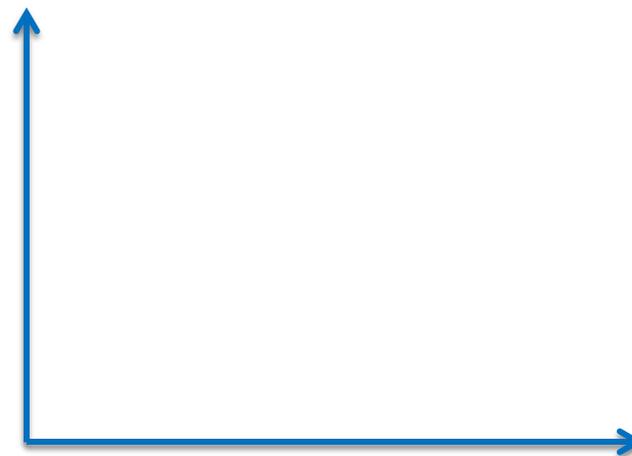
研究主题:	
研究对象:	
对象分类:	
研究时长:	
研究结论:	

问题

请画出两种不同的波动类型，并用自己的语言简短说明。



体重增加者



体重减轻者

语言点 1

即

动词—书面语，意思是“就是”



- 1、“旦”是象形字，**即**太阳从地平线上升起。
- 2、这些人的体重变化表现出清晰的模式，**即**周末之后体重升高，在工作日体重减轻（周五达到最低点）。

语言点 1

即

副词一意思是“就”“便”



1、不懂即问是他最大的优点，也是他成功的主要原因。



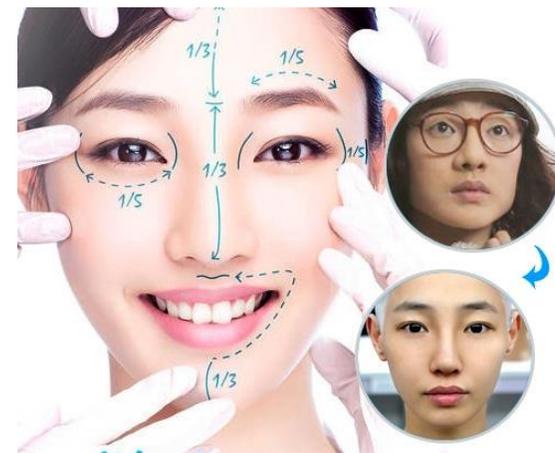
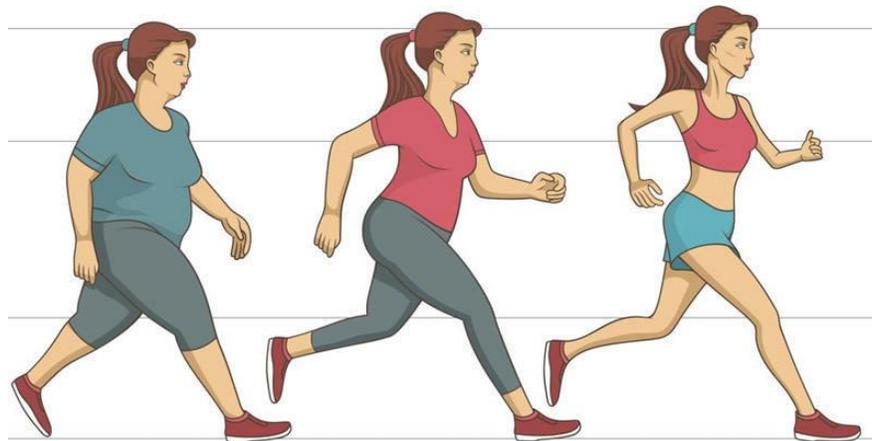
2、在办公司这件事上，两人早都有打算，这次的机会让他俩一拍即合。

用所学词语改写句子

1. 他可聪明了，什么东西一学就会。 (即)
他可聪明了，_____。
2. 汉字“宇”代表上下四方，意思是所有的空间。 (即)
汉字“宇”代表上下四方，_____。
3. 在鸟爸爸、鸟妈妈的精心照顾下，小鸟30-35天便可独立生活。 (即)
在鸟爸爸、鸟妈妈的精心照顾下，_____。

课堂讨论 Class Discussion

说一说：你知道哪些减肥方法，哪种更有效？



文化角

中国四大美女

西施



王昭君



貂蝉



杨玉环



沉鱼落雁

闭月羞花



Thank you!

